



主な内容

【2面】後期高齢者医療保険料の軽減制度変更 【3面】国民健康保険料の変更 【4面】障害のある方への主な福祉施策

プレミアム付商品券が始まります!

利用期間 10月1日～
令和2年2月29日

10月に予定されている消費税・地方消費税の引き上げに伴い、低所得者や3歳未満の子育て世帯の消費に与える影響を緩和するとともに、地域における消費を喚起・下支えるため、一定の要件に該当する方を対象としたプレミアム付商品券事業が始まります。

- ▶ プレミアム付商品券専用電話(7月1日から) ☎042-439-5959
- ▶ 企画政策課 ☎042-460-9800

対象の方には
8月以降、順次
お知らせをお届けします。

販売期間

10月1日～令和2年1月末

使えるお店

商品券取扱店として登録された市内の店舗

- 【ご注意】
- たばこや公共料金の支払いなどには使えません
 - 転売・譲渡は禁止

プレミアム付商品券

見本
500円券

4,000円で
1,000円分
お得!!

「500円商品券×10枚」が1セット

5,000円分の商品券

販売価格:4,000円

対象者

1 今年度の住民税が課税されていない方

要申請

- 1人につき「500円券×10枚」を5セットまで購入可能
(対象外)・住民税課税者の配偶者や住民税課税者に扶養されている方など
・生活保護の受給者

2 3歳未満のお子さん*がいる世帯の世帯主

申請不要

- 対象のお子さん1人につき「500円券×10枚」を5セットまで購入可能
*平成28年4月2日～令和元年9月30日までに生まれたお子さん

避難している方

配偶者からの暴力を理由に避難している方で、事情により本市に住民票を移すことができていない方でも、一定の要件を満たしている場合には、商品券を購入することができます。詳細は、企画政策課にお問い合わせください。

スケジュール

1の方

8月～
住民税が非課税の旨のお知らせ&申請書の発送

申請書を記入して返送
(～11月30日※)

2の方

9月～
《購入引換券》
初回一斉発送 以後、随時発送

10月～
《プレミアム付商品券》
販売・利用開始

《プレミアム付商品券》
販売:～令和2年1月31日まで
利用:2月29日まで

特殊詐欺に用心してください!

商品券事業の実施を狙った特殊詐欺の発生が予想されます。市役所や内閣府の職員などをかたった電話が掛かってきたり、郵便が届いたりした場合には、迷わず市役所や最寄りの警察署(または警察相談専用電話(#9110))にご連絡ください。

「プレミアム付商品券」の販売に当たり、市や内閣府が購入代金や手数料などの振り込みを求めることやATM(銀行・郵便局・コンビニなどの現金自動預け払い機)の操作をお願いすることは絶対にありません。



市からの 連絡帳

年金・福祉

障害基礎年金を受給されている方へ

20歳前に初診日のある傷病による障害基礎年金受給者の所得状況届の廃止および障害状態確認届(診断書)の作成期間が拡大されます。

◆所得状況届の変更点

日本年金機構が、市に対して所得情報の提供を求めることができるため、所得状況届(はがき[※])は、原則提出不要となります。ただし、日本年金機構が前年分の所得情報を取得できないときは、これまでどおり所得状況届(はがき[※])の提出が必要となる場合があります。

◆障害状態確認届(診断書)の変更点

- これまで6月末日ごろに日本年金機構より送付されていた障害状態確認届(診断書)は、今後誕生月の3カ月前の月末ごろに送付されます。
- 障害状態確認届(診断書)の作成期間は誕生月の2カ月前から誕生月までに変更されます。提出期限は誕生月までです。

※8月生まれ以降の方から対象です。
※提出書類や診断書の作成期間は、受給者の状況などにより異なります。詳細は日本年金機構から送付された案内(はがき)をご確認ください。

問 武蔵野年金事務所

☎0422-56-1411(ナビダイヤル)

▶ 保険年金課 田

☎042-460-9825

介護保険負担限度額認定証の更新

平成30年度介護保険負担限度額認定証(介護保険施設における居住費・食費に係る負担軽減の認定証)の有効期限は、7月31日(水)です。

令和元年8月以降も引き続き認定の継続を希望する場合は、8月30日(金)までに更新の手続きをしてください。
※平成30年度の認定者宛てに市から申請書を送付します。

▶ 高齢者支援課 保 ☎042-438-4030

移動支援・生活サポート・日中一時支援の更新

移動支援・生活サポート・日中一時支援は、6月30日(日)が利用期限です。現在、登録をしております引き続きサービスを利用する方は、更新手続きが必要ですので、申請してください。

場 障害福祉課(保谷庁舎1階)

持 認め印・現在利用中の受給者証(お持ちの方)

▶ 障害福祉課 保 ☎042-438-4033

市政

ふるさと納税の指定基準に適合する地方団体として指定されました

西東京市は、令和元年5月14日付けで総務大臣から「ふるさと納税」の対象となる地方団体として指定されました。総務大臣の指定により、西東京市へのふるさと納税は、所得税と個人住民税の控除対象となります。引き続き、皆さんからの応援をお願いします。

□ 指定期間 6月1日～令和2年9月30日

※詳細は市HPをご覧ください。

▶ 秘書広報課 田 ☎042-460-9803

選挙

6月1日現在の選挙人名簿登録者数(定時登録)などが確定

□ 登録者数

男性8万1,559人、女性8万7,404人、計16万8,963人

前回登録者数と比較すると、男性160人増、女性223人増、計383人増加しています。

□ 今回の定時登録の要件

- ① 日本国民
- ② 平成13年6月2日以前に出生
- ③ 6月1日現在、引き続き3カ月以上居住している(他市区町村から転入した場合は、3月1日までに本市の住民基本台帳に記載)または、2月1日以降の転出で、転出前に3カ月以上居住していた

□ 在外選挙人名簿登録者数

男性92人、女性106人、計198人

□ 在外選挙人名簿登録等の要件

- ① 日本国民
- ② 登録申請時に満18歳以上
- ③ 在外選挙人名簿に登録していない
- ④ 国外に住所を有し、次のいずれかに該当する

● その者の住所を管轄する領事官の管轄区域内に引き続き3カ月以上住所がある

● 本市の選挙人名簿に登録されており、出国前に海外への転出届および在外選挙人名簿登録移転申請をしている

▶ 選挙管理委員会事務局 保

☎042-438-4090



募集

表彰等制度検討懇談会委員

名誉市民や市表彰などの検討に際し、制度のあり方について懇談します。

□ 資格・人数 在住・在勤・在学で満18歳以上の方・1人

※ほかの付属機関委員などとの兼任不可

□ 任期 7～11月

□ 会議数 3回程度

□ 謝礼 1回2,000円

田 6月24日(月)(必着)までに、作文「私が考える名誉市民制度とは」(800字以内)に住所・氏名・生年月日・職業・電話番号を明記し、〒188-8666市役所秘書広報課(田無庁舎3階)へ郵送または持参

※選考結果は後日連絡、提出書類は返却しません。

▶ 秘書広報課 田

☎042-460-9803

etc その他

寄付

市政へのご協力をいただき、誠にありがとうございました。

✦ 村山陽子 様(電位治療器)

▶ 管財課 田

☎042-460-9812

✦ 折元宗和 様(10万円)

✦ 西東京山梨県人会

代理人 末木孝子 様(5万円)

✦ ヨーガ「ナマスティの会」Cコース

西村三男 様(2,300円)

▶ 秘書広報課 田

☎042-460-9803

75歳以上の方へ

後期高齢者医療保険料の軽減制度が変わります

後期高齢者医療制度では、法律に基づき、所得が一定基準以下の方に対し保険料を軽減しています。その中でも特に所得の低い方などを対象に、特例としてさらなる保険料の軽減を行い、その分を国費で補ってきました。

しかし今後、医療費の増大が見込まれる中、健康保険制度を維持していくために保険料の軽減特例の一部が見直されることとなりました。詳細は、7月にお送りする保険料額決定通知書に同封予定です。

◆均等割額の軽減

同じ世帯の被保険者全員と世帯主の、総所得金額などを合計した額が一定基準以下の場合、均等割額が軽減されます。

現行		軽減割合	改正後	
総所得金額等の合計が下記に該当する世帯			総所得金額等の合計が下記に該当する世帯	
前年中の軽減判定所得が33万円以下の場合	被保険者全員が年金収入80万円以下で、かつ、その他の所得がない場合	9割	変更なし	8割
	上記以外の場合	8.5割	変更なし	据え置き
前年中の軽減判定所得が33万円+[27万5千円×被保険者数]以下の場合		5割	前年中の軽減判定所得が33万円+[28万円×被保険者数]以下の場合	据え置き
前年中の軽減判定所得が33万円+[50万円×被保険者数]以下の場合		2割	前年中の軽減判定所得が33万円+[51万円×被保険者数]以下の場合	据え置き

※平成31年1月1日時点で65歳以上の方は、公的年金などの所得から15万円を控除します。

※世帯主が被保険者でない場合でも、世帯主の所得は軽減を判定する対象となります。※総所得金額等の合計額が33万円以下の場合の軽減割合は介護保険料軽減の拡充や年金生活者支援給付金の支給とあわせて、見直されました。また、5割・2割軽減の判定所得の基準額が引き上げられました。

制度について…広域連合お問い合わせセンターへ

☎0570-086-519(IP電話・PHSの方は☎03-3222-4496)

▶ 保険年金課 田 ☎042-460-9823

◆所得割額の軽減

被保険者本人の「賦課のもととなる所得金額」をもとに所得割額を軽減しています。

賦課のもととなる所得金額とは、前年の総所得金額および山林所得金額ならびに株式・長期(短期)譲渡所得金額などの合計から基礎控除額33万円を控除した額です(ただし、雑損失の繰越控除額は控除しません)。

賦課のもととなる所得金額	軽減割合	
	平成30年度・令和元年度	
15万円以下	50%	
20万円以下	25%	

◆被扶養者だった方の軽減

後期高齢者医療制度の対象となった日の前日まで会社の健康保険など(国保・国保組合は除く)の被扶養者だった方の均等割額は、加入から2年を経過する月まで5割軽減、所得割額はかかりません。

平成29年4月30日以前に後期高齢者医療制度の対象となった被扶養者の方は平成31年3月31日をもって軽減期間が終了となりました。

なお、低所得による均等割額の軽減に該当する場合は、軽減割合の高い方が優先されます。

加入の前日まで社会保険の被扶養者だった方	軽減割合	
	平成30年度	令和元年度
均等割5割	加入から2年を経過する月まで均等割5割	

国民健康保険料の変更点をお知らせします

▶保険年金課 ☎ 042-460-9822

◆料率等の改定

国民健康保険料は、加入者の皆さんが病気やけがをしたときの医療費や出産育児一時金・葬祭費などの給付にあてられる基礎賦課額(医療分)、75歳以上の後期高齢者にかかる医療制度を支援するための後期高齢者支援金等賦課額(後期高齢者支援金等分)、加入者のうち40歳以上65歳未満の方(介護保険第2号被保険者)に賦課される介護納付金賦課額(介護分)の合計額です。今年度の国民健康保険料については、医療分の賦課限度額を54万円から58万円へ改定しました。

◆軽減制度の拡大

国民健康保険料は、前年の所得に応じた所得割額、加入人数に応じた均等割

□軽減判定の基準

現行	改正後	軽減割合
前年中の軽減判定所得が33万円以下の世帯	据え置き	7割
前年中の軽減判定所得が 33万円 + [27万5千円 × 被保険者数と旧国保被保険者数の合算数] 以下の世帯	前年中の軽減判定所得が 33万円 + [28万円 × 被保険者数と旧国保被保険者数の合算数] 以下の世帯	5割
前年中の軽減判定所得が 33万円 + [50万円 × 被保険者数と旧国保被保険者数の合算数] 以下の世帯	前年中の軽減判定所得が 33万円 + [51万円 × 被保険者数と旧国保被保険者数の合算数] 以下の世帯	2割

※保険料の軽減判定には、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行した方(旧国保被保険者)の所得および人数も含めます。 ※青色専従者給与額または事業専従者控除額は必要経費に算入されません。また、それぞれの事業専従者が当該事業主から受ける給与所得はないものとします。 ※65歳以上(平成31年1月1日時点)の方は、公的年金などに係る所得から15万円を控除します。 ※譲渡所得の特別控除は適用しません。 ※雑損失の繰越控除を適用します。

額の合計で賦課されますが、世帯全体の所得が一定基準以下の場合、均等割額が軽減されます。今年度から軽減判定に使う所得(軽減判定所得)の基準が変更になり、軽減対象となる世帯が増えました。

◆旧被扶養者の減免期間の見直し

旧被扶養者(被用者保険の加入者が後期高齢者医療制度へ移行することにより、新たに国民健康保険に加入することとなった65歳以上の方)については、緩和措置として、保険料の一部が減免されていました。今年度より、均等割額の減免期間が見直され「資格取得日の属する月以後2年を経過する月まで」となります。今回の見直しは、既に国民健康保険の資格を取得している旧被扶養者の方も対象です。なお、所得割額については、減免期間に変更はありません。

固定資産税の減額

一定の要件を満たす改修工事を行った家屋について、工事が完了した年の翌年度分の当該家屋に係る固定資産税を減額します(都市計画税を除く)。

▶資産税課 ☎ 042-460-9830

住宅耐震改修工事

□減額分 2分の1(住宅面積120㎡^{未満})

□減額要件 ●昭和57年1月1日以前から市内にある住宅に対し、現行の耐震基準に適合させる耐震改修工事を行う ●工事後3カ月以内に資産税課へ申告する ●1戸当たりの工事費用が50万円超

□必要書類 ①耐震基準適合住宅に係る固定資産税の減額適用申告書 ②増改築等工事証明書または住宅耐震改修証明書 ③耐震改修工事費用の領収書の写し

住宅のバリアフリー改修

□減額分 3分の1(住宅面積100㎡^{未満})

□減額要件 ●新築日から10年以上経過した市内の住宅に対し、一定のバリアフリー改修工事(※1)を行う ●工事後3カ月以内に資産税課へ申告する ●65歳以上の方、要介護・要支援認定を受けている方、障害者の方が居住する家屋(賃貸住宅を除く) ●改修後の床面積が50㎡以上280㎡以下 ●1戸当たりの工事費用が50万円超(補助金を除く自己負担額) ●現在、新築住宅軽減および耐震改修に伴う減額を受けていない家屋

□必要書類 ①住宅のバリアフリー改修に伴う固定資産税の減額適用申告書 ②工事内容などが確認できる書類(工事明細書・現場の写真^{など})と工事費用

の領収書の写し ③納税義務者の住民票 ④居住者の要件により次のいずれかの書類 ●65歳以上…住民票 ●要介護・要支援…介護保険被保険者証の写し ●障害者…障害者手帳の写し ⑤補助金などの交付を受けた場合は、交付を受けたことが確認できる書類 ※1…廊下の拡幅、階段の勾配の緩和、浴室・便所の改良、手すりの設置、屋内の段差の解消、引き戸への交換、床の滑り止め化

住宅の省エネ改修

□減額分 3分の1(住宅面積120㎡^{未満})

□減額要件 ●平成20年1月1日以前から市内にある住宅(賃貸住宅を除く)

に対し、一定の省エネ改修工事(熱損失防止改修 ※2)を行う ●工事後3カ月以内に資産税課へ申告する ●改修後の床面積が50㎡以上280㎡以下 ●1戸当たりの工事費用が50万円超(補助金を除く自己負担額) ●現在、新築住宅軽減および耐震改修に伴う減額を受けていない家屋

□必要書類 ①住宅の熱損失防止改修に伴う固定資産税の減額適用申告書 ②増改築等工事証明書 ③工事費用の領収書の写し ④納税義務者の住民票 ※2…窓・床・天井・壁の断熱性を高める改修工事(外気などと接するもので、窓の改修を含めた工事であることが必須)

【傍聴】 教育委員会

時 6月28日(金)午後2時
場 エコプラザ西東京
内・定 行政報告^{ほか}・10人
▶教育企画課 ☎ 042-438-4070

■子ども子育て審議会計画専門部会

時 7月1日(月)午後6時30分
場 田無庁舎5階
内・定 子育て・子育てワイワイプラン後期計画策定・8人
▶子育て支援課 ☎ 042-460-9841

【傍聴】 審議会^{など}

■社会教育委員の会議

時 6月24日(月)午後2時
場 保谷庁舎1階
内・定 今後の活動・5人
▶社会教育課 ☎ 042-438-4079

■地域密着型サービス等運営委員会

時 7月2日(火)午後7時
場 防災センター
内・定 地域密着型サービス^{など}・5人
▶高齢者支援課 ☎ 042-438-4030

■男女平等参画推進委員会

時 6月25日(火)午後6時
場 田無庁舎5階
内・定 西東京市第3次男女平等参画推進計画の評価^{ほか}・5人
▶協働コミュニティ課 ☎ 042-439-0075

■空き家等対策協議会

時 7月5日(金)午前10時
場 田無庁舎5階
内・定 協議会の運営、特定空き家等の認定に係る協議(非公開)・5人
▶住宅課 ☎ 042-438-4052

■人にやさしいまちづくり推進協議会

時 7月1日(月)午後2時
場 保谷庁舎1階
内・定 大規模開発事業・5人
▶都市計画課 ☎ 042-438-4051

■学校施設適正規模・適正配置検討懇談会

時 7月17日(水)午前9時30分
場 保谷庁舎3階
内・定 現状説明、今後の進め方・5人
▶教育企画課 ☎ 042-438-4071

無料市民相談

■一般市民相談

場所	日時
市民相談室 ☎・保	(月)~(金) 午前8時30分~午後5時

■専門相談(申込制) ※1 枠30分 ※専門家が一緒に解決の糸口を探します。

□申込開始 6月18日(火)午前8時30分(★印は、6月5日から受付中)

□申込方法 希望する庁舎の市民相談室へ直接または電話

※申込開始日は大変混み合いますので、ご了承ください。

☎ 田無庁舎2階市民相談室 ☎ 042-460-9805



保谷庁舎1階市民相談室 ☎ 042-438-4000

内容	場所	日時
法律相談	☎	6月25日(火)・26日(水)、7月5日(金)午前9時~正午
	保	7月2日(火)・3日(水)午後1時30分~4時30分
人権・身の上相談	☎	★7月4日(水)
	保	★6月27日(水)
交通事故相談	☎	7月10日(水)
	保	★6月26日(水)
税務相談	☎	7月12日(金)
	保	7月5日(金)
不動産相談	☎	7月18日(水)
	保	7月11日(水)
登記相談	☎	7月11日(水)
	保	7月18日(水)
表示登記相談	☎	7月11日(水)
	保	7月18日(水)
年金・労災・雇用保険・人事一般相談	☎	7月8日(月)
	保	7月4日(水)
行政相談	☎	7月4日(水)
	保	★7月12日(金)

共生社会を目指して 障害のある方への主な福祉施策

市で行っている障害のある方などへの主なサービスや助成制度についてご案内します。なお、このほかにも受けられるサービスがありますので、詳細は市庁舎をご覧ください。▶障害福祉課 ☎①～③ ☎042-438-4035 ④⑥⑦ ☎042-438-4034 ⑤⑧ ☎042-438-4033

事業	内容など
① 助成	自動車燃料費の助成 ☑ ●身体障害者手帳1～4級で自ら運転する方 ●身体障害者手帳1～3級・愛の手帳1～3度・脳性まひ者(児)・進行性筋萎縮症の方のために運転する同居家族がいる方 ※所得超過者・施設入所者などは非該当 ※タクシー料金の助成との併給不可
	タクシー料金の助成 ☑ 身体障害者手帳1～3級・愛の手帳1～3度の方 ※所得超過者・施設入所者などは非該当 ※自動車燃料費の助成との併給不可
	自動車運転教習費(第一種普通免許取得)の補助 運転免許を取得する場合の教習費用の一部を助成 ☑ 身体障害者手帳1～3級(内部障害は4級、下肢または体幹に係る障害は4・5級で歩行困難なものを含む)、愛の手帳所持者で、適性検査に合格した方 ※所得制限あり
	自動車改造費の助成 就労などに伴い自らが所有し運転する自動車の一部を改造する必要がある場合に、改造費の一部を助成 ☑ 18歳以上で身体障害者手帳1・2級の上肢・下肢・体幹機能障害の方 ※所得制限あり
② 手当	心身障害者福祉手当 ☑ 身体障害者手帳1～4級・愛の手帳1～4度の方、脳性まひ・進行性筋萎縮症の方 ※所得超過者・施設入所者・新規申請時65歳以上の方などは非該当
	特別障害者手当 ☑ 20歳以上で身体障害者手帳1・2級程度、愛の手帳1・2度程度またはこれらと同程度以上の身体障害、疾病・精神障害が2つ以上重複している方など ※所得超過者・施設入所者・病院等に3カ月を超えて入院しているときなどは非該当
	障害児福祉手当 ☑ 20歳未満で身体障害者手帳1・2級程度、愛の手帳1・2度程度またはこれらと同程度以上の身体障害、疾病・精神障害のある方 ※所得超過者・施設入所者・障害を事由とする公的年金を受けているときなどは非該当
	難病者福祉手当 ☑ 治癒が困難な疾病の治療中で、東京都難病医療費助成制度による特定医療費受給者証、医療券を所持している方および点頭てんかんに罹患している方 ※所得超過者・施設入所者・心身障害者福祉手当受給者などは非該当
③ 医療	重度心身障害者手当 ☑ 重度の知的障害で常時複雑な配慮が必要な方、重度の知的障害と身体障害が重複する方、重度の肢体不自由で四肢機能を失い座ることが困難な方 ※所得超過者・施設入所者・病院等に3カ月を超えて入院しているとき・新規申請時65歳以上の方などは非該当
	心身障害者医療費の助成 ☑ 身体障害者手帳1・2級(内部障害は3級を含む)の方、愛の手帳1・2度の方、精神保健福祉手帳1級の方 ※所得制限あり ※新規申請時65歳以上の方(都外からの転入者など該当する場合あり)・医療保険未加入などは対象外
	自立支援医療費(更生医療)支給 身体障害者が障害の程度を軽減または障害を除去するための医療費の一部を公費で負担 ☑ 18歳以上の身体障害者手帳所持者 ※所得に応じた自己負担あり・一定所得以上の方は給付対象外の場合あり
	自立支援医療費(精神通院)支給 精神疾患により医療機関に通院する際の医療費の一部を公費で負担 ※所得に応じた自己負担あり・一定所得以上の方は給付対象外の場合あり
④ 障害福祉サービス	難病医療費等の助成 国または東京都が定める難病に該当し、認定基準を満たす方に対し、医療費の一部を助成 ※所得に応じた自己負担あり
	B型・C型ウイルス肝炎治療医療費の助成 都内在住者で、都が指定する肝臓専門医療機関でB型・C型ウイルス肝炎の治療が必要と診断された方に対し、医療費の一部を助成 ※所得に応じた自己負担あり
	肝がん・重度肝硬変入院医療費助成 B型・C型肝炎ウイルスに起因する肝がん重度肝硬変で入院治療を受ける方の医療費の一部を助成
	原子爆弾被爆者援護 居住者変更届などの受理
⑤ 補装具・日常生活用具など	介護給付費・訓練等給付費・障害児通所給付費等の支給 ※ 居宅介護におけるヘルパーの派遣、短期入所の利用、日中における生活介護、施設入所に係る支援、児童発達支援、放課後等デイサービス、グループホームの利用、自立訓練、就労支援などに係る費用の一部を支給
	計画相談支援 上記サービスなどを利用するに当たり、課題の解決や適切なサービス利用ができるよう、「サービス等利用計画案」を相談支援事業所が作成
	移動支援利用助成 ※ ☑ 外出時にヘルパー支援を要する障害者の費用の一部を助成
	生活サポート利用助成 ※ ☑ 日常生活に関する支援または家事に対する支援を要する障害者の費用の一部を助成
	日中一時支援利用助成 ※ ☑ 日中における介護者の不在時に一時的に活動の場を確保するための費用の一部を助成
地域活動支援センター(身体)利用助成 ※ 地域活動支援センターにおいてサービスを受ける際に要する費用の一部を助成	

事業	内容など	
補装具費の給付 ※	身体障害者(児)の身体的機能を直接的に補い日常生活を容易にするため、補装具の購入・借り受け・修理費の一部を公費で負担 ☑ 身体障害者手帳所持者・難病患者など	
日常生活用具の給付 ※	在宅の重度の心身障害者(児)・難病患者等に対し、日常生活を容易にするため、介護・訓練支援用具、自立生活支援用具、在宅療養等支援用具、情報・意思疎通支援用具、排泄管理支援用具、居宅生活動作補助用具(小規模改修)の日常生活用具を給付 ☑ 身体障害者手帳または愛の手帳を所持する在宅の重度障害者・難病患者など	
住宅設備改善費の給付 ※	日常生活を容易にするための家屋の設備改善費(中規模改修など)を一定限度額内で給付 ☑ 小学生以上の在宅の重度障害者(児)で肢体に係る障害がある方(上肢、下肢または体幹に係る障害の程度が1・2級)および補装具として車いすの交付を受けた内部障害者の方(65歳以上一部除外)	
家具等転倒防止器具の支給 ※	住宅内の家具の転倒防止器具を支給 ☑ 身体障害者手帳4級以上または愛の手帳4度以上の方のみで構成される世帯(過去に本市の事業で取り付けをしていない世帯)	
中等度難聴児補聴器購入費の助成 ※	言語取得やコミュニケーション能力などの向上を促進するため、補聴器の新規購入費の一部を助成 ☑ 18歳未満で身体障害者手帳の交付の対象とならない中等度難聴児	
手話通訳者派遣	意思の疎通を円滑にするため手話通訳者を派遣 ☑ 聴覚および言語障害者	
要約筆記者派遣	意思の疎通を円滑にするため要約筆記者を派遣 ☑ 聴覚障害者	
重度脳性麻痺者介護	生活圏の拡大のために介護券を交付(家族介護) ☑ 20歳以上の重度の脳性麻痺者で身体障害者手帳1級の方(利用回数月12回まで)	
心身障害者(児)施設緊急一時保護 ※	障害者の介護人が疾病・出産・冠婚葬祭・休養などにより介護ができなくなったときに、障害者を一時的に保護(宿泊)	
巡回入浴サービス	巡回入浴車による入浴サービスを行う(週1回) ☑ 身体障害者手帳2級以上・愛の手帳2度以上または同程度の障害者で常時寝たきりの状態にあるおおむね15歳以上の方 ※介護保険対象者を除く	
重度身体障害者緊急通報システム	ひとり暮らしなどの重度身体障害者の家庭生活の安全を確保するため、緊急通報システムを設置 ☑ 18歳以上のひとり暮らしなどの重度身体障害者	
移送サービス	車いすのまま乗車できる自動車の運行を行う(ハンディキャブけやき号) ☑ 車いすを使用しなければ歩行が困難な方および重度の視覚障害者 ※利用条件、運行範囲あり	
⑥ 介護・日常生活の援助	相談支援センター・えぼっく	●身体障害・知的障害・精神障害に関する相談 (月)～(土)：午前9時～午後6時 ●発達相談に関する相談(予約制) (月)：午後1時～4時15分 ☎042-452-0075・☎042-452-0076
	地域活動支援センター・ハーモニ	精神障害のある方で精神科に通院中の方の相談(継続利用は原則登録制) (月)・(火)・(水)・(金)：午前10時～午後7時30分 (木)：正午～午後6時、(土)：午前10時～午後6時 ☎042-452-2773・☎042-452-2774
	障害者就労支援センター・一歩	障害のある方(障害種別は問いません)を対象とした、主に企業就労に関するご相談 (月)～(金)：第1(土)：午前9時～午後5時(面談は予約制) ☎042-452-0095・☎042-452-0096
⑦ 相談	地域活動支援センター・保谷障害者福祉センター	身体障害者・高次脳機能障害者を対象とした相談 (月)～(金)：午前9時～午後5時 ☎042-463-9861・☎042-463-9862
	地域活動支援センター・ブルーム	障害のある方(主に知的障害、発達障害の方)を対象とした相談 ※(日)・(月)・(祝)・年末年始は休み (火)・(水)・(金)：午前10時30分～午後6時30分 (木)・(土)：午前10時～午後5時30分 ☎042-452-3085・☎042-452-3086
	障害福祉課保谷庁舎窓口	障害福祉サービスなどに係る相談など (月)～(金)：午前8時30分～午後5時 ☎042-438-4034・☎042-423-4321
⑧ その他	市役所内に手話通訳者の設置	市役所保谷庁舎および田無庁舎の障害福祉課に手話通訳者を設置 ※例の場合は実施日が変更 保谷庁舎：毎月第1(水)午後1時～5時 田無庁舎：毎月第3(金)午後1時～5時
	ヘルプカードの配布	障害のある方に、災害時や日常生活の中で困ったときに必要な支援や配慮を周囲の人にお願ひするためのヘルプカードを配布 ※配布対象者要件あり 
	ヘルプマークの配布	内部障害など、外見からは障害があることが分かりにくい方が身に付けるためのヘルプマークを配布 
障害者サポーター養成講座の開催(初級編・中級編)	初級編：ヘルプカード、ヘルプマークなどについての説明など 中級編：障害そのものの理解や環境のあり方についての説明など ※初級編受講者が対象です。 ※日程は、市報などでお知らせ	
障害者スポーツ支援事業	障害者スポーツ指導員・補助員と一緒に、スポーツレクリエーション活動 ※スポーツ障害保険あり 毎月1回・第3(土)：午前9時30分～11時30分(要申込) ☎042-424-7775・☎042-439-4487	
かわうそ水泳教室事業	指導員・補助員と一緒に水慣れから始め、水中での感覚を体感するなど、水泳を通じたレクリエーション活動 ※「障害者水泳教室」から名称が変わりました。 毎月1回(7・8月は除く)・第4(土)：午後1時～2時30分 ☎042-425-0505・☎042-425-0606	

※…支給要件や自己負担があります。詳細はお問い合わせください。
*⑦の休館日などについては、各施設へお問い合わせください。

健康ひろば



記入例

【はがき宛先】
〒202-8555
市役所健康課

A はがき・メール

「ファミリー学級
第4コース」申込
①第4コース
②夫婦の氏名(ふりがな)・
生年月日・年齢
③住所④妊婦さんの電話番号
⑤出産予定日・病院名
⑥パパの参加予定日
(例) 両日、2日目等

B はがき・メール

「離乳食講習会
ステップ」申込
①7月30日
②住所
③保護者氏名
④子どもの氏名(ふりがな)
⑤子どもの生年月日
⑥第〇子
⑦電話番号

▶健康課 保 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
ボディケア講座～肩こり予防～ 【理学療法士による、肩こり予防に関する話と自宅のできる体操】	7月3日(水)午後1時～2時 保谷保健福祉総合センター	在住の18歳以上の方/15人	前日までに電話
リハビリ窓口相談 【リハビリ方法や福祉用具・住宅改修などについて理学療法士による相談】	7月3日(水)午後2時15分～3時15分 18日(水)午前11時15分～午後0時15分 保谷保健福祉総合センター	リハビリに関する相談を希望する方 および関係者/各2人	前日までに電話
プレママとママのつどい 【フリートーク・情報交換、赤ちゃん向け絵本の紹介・読み聞かせ、体調や出産の準備などのご相談】	7月10日(水)午前10時～11時30分 保谷保健福祉総合センター	在住で36週までの初産の妊婦/10人 産後1～4カ月までの初産婦とそのお子さん/10組	6月17日(月)～7月5日(金)に電話
栄養・食生活相談 【肥満や糖尿病などの生活習慣病予防の食事などについて管理栄養士による相談】	7月12日(金)午前9時～正午 田無総合福祉センター	在住の方/4人	7月9日(火)までに電話
ファミリー学級(3日間)第4コース～初めて父親・母親になる方のための教室～ 1日目: 妊娠中の生活と健康 2日目: 赤ちゃんのお世話について 3日目: マタニティクッキング	1日目: 7月19日(金) 2日目: 27日(土) 午前9時30分～午後0時30分 保谷保健福祉総合センター 3日目: 8月1日(水)午前10時30分～午後0時30分/田無総合福祉センター	在住で初めて父親・母親になる方(妊婦のみの参加も可、3日目は妊婦のみ)/30組 対象出産予定月: 10・11月	はがき・メール(記入例A) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期間(消印有効): 6月21日(金)～7月5日(金)

▶健康課 保 042-438-4037			
事業名	日時/場所	対象/定員(申込順)	申込方法など
離乳食講習会 ステップ 【離乳食の中期食から後期食のお話、試食、歯科の話】	7月30日(火)午後1時15分～3時 田無総合福祉センター	市内在住の6～9カ月の乳児と保護者/20組	はがき・メール(記入例B) ✉fami-boshi@city.nishitokyo.lg.jp 申込期限(必着): 7月9日(火)

3～4カ月児健康診査

時 6月20日(水)、7月4・18・25日(木)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知

1歳児お誕生相談会

時 6月24日(月)、7月8・22日(月)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(1歳3カ月までで希望する方はお問い合わせください)

2歳児すくすく相談会

時 6月25日(火)、7月9・23日(火)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(2歳6カ月までで希望する方はお問い合わせください)

3歳児健康診査

時 6月26日(水)、7月3・17・24日(水)

場 保谷保健福祉総合センター

対 個別に通知(4歳未満で希望する方はお問い合わせください)

BCG予防接種

生後5カ月になる前のお子さんに日時を指定した通知を送付します。

場 保谷保健福祉総合センター

対 1歳になる前日まで、まだBCG接種を受けていないお子さん

育児相談 (身体計測と育児に関する相談) **当日**

時・場 ● 7月2日(火)受付: 午前9時30分～11時・田無総合福祉センター

● 8月30日(金)受付: 午前9時30分～11時・保谷保健福祉総合センター

対 乳幼児と保護者

子育て講座 (歯科衛生士による歯が生えてくる頃の話) **当日**

時・場 ● 7月2日(火)・田無総合福祉センター

● 8月30日(金)・保谷保健福祉総合センター

午前10時から

対 生後7カ月前後の乳児と保護者(先着15組)



暑い夏がやってきます～ちょっとした工夫で快適生活!!～

自分では「まだまだ大丈夫!」と思っても、体は思った以上に暑さに敏感です。暑いと感じる前に早めの対策、早めの行動を心がけましょう。

□子どもの注意ポイント
子どもは、体の熱を発散する力が未熟なことや身長が低いことから、地面の熱を大人より感じやすいという特徴があります。また、子どもは自分で体調の不調を伝えるに大人が注意してあげる必要があります。

□大人の注意ポイント
年齢とともに体の中の水分量は減少していきます。それに伴い、体温を調節する機能が低下し、暑さを感じる機能も低下します。熱中症患者の半数が高齢者(65歳以上)という

報告もあります。

□やってみよう

- 室内屋外を問わず、意識的に水分を飲む
- 暑いと思ったら、エアコンを上手に活用
- 外出時は、帽子や日傘を活用
- 食欲がないときは栄養補助食品を上手に活用
- 暑い日に子どもをベビーカーに長時間乗せない
- 「調子が悪いな」と感じたら早めに医療機関を受診

▶健康課 保 042-438-4037

薬物「ダメ。ゼッタイ。」薬物乱用防止街頭キャンペーン

薬物を乱用することで、家族や友人を巻き込み、大切な人生を崩壊させてしまいます。薬物乱用の危険性を認識し、薬物を乱用しない社会環境づくりのための啓発に、ご理解・ご協力をお願いします。

▶健康課 保 042-438-4021

時・場 6月22日(土)

- 午後3時・田無駅
- 3時30分・ひばりヶ丘駅

6月26日は「国際麻薬乱用撲滅デー」です。覚せい剤や大麻、危険ドラッグなどの薬物は脳や中枢神経をはじめ心身に大きなダメージを与えます。

違法駐車はみんなの迷惑 駐車場を利用しましょう

違法駐車は、交通渋滞や交通事故の原因となり、救急車や消防車などの緊急車両の通行の妨げにもなります。駐車場を利用するなど、ドライバーの皆さんのご協力をお願いします。

◆主な事故原因

- 駐車車両への衝突(特に夜間)
- 駐車車両を避けるための進路変更
- 駐車車両前後の飛び出し
- 駐車車両による歩行者などの発見の遅れ

▶道路管理課 保 042-438-4057

休日診療

※健康保険証・診察代をお持ちください。

内科 受診の際は、小児科など診療科目をお問い合わせのうえお出掛けください。

診療時間	午前9時～午後10時	午前9時～午後5時	午前10時～正午 午後1時～4時 午後5時～9時
16日	田無病院 緑町3-6-1 ☎042-461-2682	やぎさわ循環器クリニック 保谷町4-5-6 野口ビル1階 ☎042-451-5072	休日診療所 中町1-1-5 ☎042-424-3331 ※歯科診療は行っていません。 ※受付時間は、各診療終了時間の30分前まで
23日	佐々総合病院 田無町4-24-15 ☎042-461-1535	吉川小児科医院 泉町3-1-6 ☎042-421-5253	
30日	武蔵野徳洲会病院 向台町3-5-48 ※小児科は午後5時まで ☎042-465-0700	ひがき医院 芝久保町1-11-10 ☎042-462-5521	

歯科 受診の際は、お問い合わせのうえお出掛けください。

受付時間	午前10時～午後4時	
16日	松本歯科医院 保谷町3-3-23 ☎042-467-9339	おばら歯科医院 西原町5-3-1 レアール田無105 ☎042-451-6480
30日	大槻歯科医院 北町1-4-2 ☎042-422-6488	

！お役立ちガイド 他機関からのお知らせ

※マークがないものは、当日、直接会場へ

西東京創業支援・経営革新相談センターのご案内

□**キャッシュレスセミナー**
 時 7月1日(月)・2日(火)・3日(水)いずれも午後7時～8時30分
 場 イングビル
 内 キャッシュレス時代を迎えるにあたり、概要や仕組み・具体的な導入方法・メリットなどの説明
 対 キャッシュレス導入検討中の事業者の方
 定 各日30人(申込順)
 申・問
 ●西東京商工会
 ☎042-461-4573
 ●西東京創業支援・経営革新相談センター
 ☎042-461-6611

ハトとウサギの都民公開セミナー IN 西東京

時 7月4日(木)午後2時～4時(受付：1時30分)
 場 コール田無
 内 ●めざせ、ひと町も健康な西東京
 ●西東京市の空き家対策への取組
 ●相続法改正をいち早く学ぶ
 問 (公社)全日本不動産協会東京都本部多摩北支部 ☎042-528-2121

ワルナスビ抜き取り大作戦

いこいの森公園に繁茂している外来植物ワルナスビの引き抜き作業を行います。みんなで力を合わせて駆除しましょう！
 時 7月5日(金)午前9時45分～11時30分 ※雨天中止。
 対 小学校高学年以上(小学生は保護者同伴)
 持 飲み物・帽子・お持ちの方は根が掘れるシャベルと革製または手のひらがゴム製の作業用手袋・長袖・長ズボン
 場・問 西東京いこいの森公園パークセンター ☎042-467-2391

niko フェス with いこいの森サマーDAY

作って、食べてみんなで楽しめるファミリーイベント！おいしい食べ物やすてきな雑貨、ワークショップなどをお楽しみください。
 時 7月7日(日)午前10時～午後3時30分
 場 西東京いこいの森公園
 ※雨天決行・荒天中止。
 内 飲食物・ハンドメイド雑貨の販売・ワークショップ・ダンスショーなど
 □主催 (一社)SEM、西東京の公園・西武パートナーズ
 問 nikoフェス事務局
 ☎info@nikofes.com

いこいの森 親子プラネタリウム

室内のシアタータイプのプラネタリウムで、星空を見上げてお話を聞きながら、ゆっくりとしたひとときを楽しみませんか。命のつながりに思いを寄せ、親子のコミュニケーションを育みます。妊娠中の方もぜひご参加ください。
 時 7月7日(日)
 ①プレママ&0～3歳親子クラス：午前11時

②親子クラス：●午後1時 ●2時10分 ●3時20分(各回40分程度)
 ※荒天中止
 対 ①妊娠中の方・0～3歳児と保護者
 ②小学生以下と保護者
 定 各回40人(申込順)
 ※②の3時20分は当日1時間前(先着)
 ￥ 大人700円、子ども(4歳以上)300円
 申 電話または直接問へ
 場・問 西東京いこいの森公園パークセンター
 ☎042-467-2391

夏！体験ボランティア 西東京2019

時 7月16日(火)～8月31日(土)の数日間
 対 小学生以上(社会人も可)
 定 体験先による(申込順)
 ￥ 200円(別途保険代あり)
 申 7月1日(月)～8月9日(金)、参加希望日1週間前までに本人が直接問へ
 来所(日)を除く午前9時～午後5時
 問 西東京ボランティア・市民活動センター
 ☎042-466-3070

租税・科学教室

税について学んだ後、多摩六都科学館の大型映像・プラネタリウムの観覧をします。
 時 9月7日(土)(2回開催)
 場 多摩六都科学館
 対・定 小学生と保護者・各回100人
 申 詳細は、6月14日(金)から問のHPをご覧ください。
 問 (公社)東村山法人会
 ☎042-394-7654

令和2年春採用 自衛隊航空学生(パイロット)募集

来年春に採用予定の海・空航空操縦学生を募集します。
 □応募資格
 航空希望者(高卒以上21歳未満の方)
 海上希望者(高卒以上23歳未満の方)
 □第1次試験 9月16日(祝)
 □受付期間 7月1日(月)～9月6日(金)
 問 自衛隊西東京地域事務所
 ☎042-463-1981

西東京七夕まつり

多摩地域のおいしい食材を取りそろえ、子どもたちをはじめ、全ての世代の人々に夢と希望を与える楽しいイベントに、ぜひお越しください。
 ※多摩ばた地ビールまつり同時開催
 時 7月7日(日)午前11時～午後9時
 場 スカイツワー西東京
 問 西東京七夕まつり実行委員会
 ☎042-467-1187

みんなのパソコン教室(7月)

無料体験(初心者向)2日(火)午後1時～4時
 申 往復はがきで住所・氏名・電話番号を問へ
 ※その他講座はパンフレットをご請求ください
 場・問 シルバー人材センター
 〒202-0021東伏見6-1-36
 ☎042-428-0787

♪ イベントNEWS もっと知ろう！ 楽しもう！

障害者サポーター養成講座 初級編

6月22日(土) 午後3時～4時
 保谷駅前公民館
 障害のある方が困っているときにちょっとした手助けをする障害者サポーター養成講座(初級編)です。
 ※参加者にはサポーターの証しであるサポートバンダナ・キーホルダーを贈呈
 内 ヘルプカード・ヘルプマークとはなど
 申 前日までに電話で問へ
 問 社会福祉法人さくらの園・カノン
 ☎042-452-7062
 ▶障害福祉課保 ☎042-438-4033



ちゃんぷるー！ 沖縄を知るおはなし会

6月23日(日) 午後2時
 中央図書館
 ※当日、直接会場へ
 内 沖縄戦にまつわる紙芝居の実演、沖縄の文化を知るクイズなど
 対 3歳以上(3歳未満は保護者同伴)
 ▶中央図書館 ☎042-465-0823

高齢者の暮らしをサポートする ボランティア講座

●6月25日(火) 午後2時～4時・保谷駅前公民館
 ●7月4日(木) 午前9時30分～11時30分・田無総合福祉センター
 年を重ねると少しずつ機能は低下しますが、少しのサポートがあれば自身でできることはたくさんあります。この講座は、高齢者へのボランティアを行うために必要とされているサポートを学ぶ講座です。
 内 ボランティア活動の基礎・高齢者への関わり方・活動経験者のお話など
 定 各20人(申込順)
 申 電話・メール・ファクスで参加日程・氏名・住所・電話番号を問へ
 問 西東京市地域サポート「りんく」
 ☎042-497-4163
 FAX 042-497-4164
 ☎seikatsu@n-csw.or.jp
 ▶高齢者支援課保 ☎042-438-4029

認知症サポーター養成講座

6月29日(土) 午後2時～3時30分(1時45分開場)
 田無総合福祉センター
 □認知症サポーターとは
 認知症を正しく理解し、地域で生活している認知症の方や家族を見守り、自分のできる範囲で支援する方のことです。

内 ●認知症とは ●認知症サポーター100万人キャラバンについて ●認知症の方を地域で支えるためには
 対 在住・在勤で、当講座を受講したことのない方
 定 50人(申込順)
 ※参加者にはオレンジリング贈呈
 ※5人以上集まれば市内出張講座可
 申 6月24日(月)までに、電話またはメールで住所・氏名・年齢・電話番号を下記へ
 ▶高齢者支援課保 ☎042-438-4029
 ☎f-kourei@city.nishitokyo.lg.jp

早稲田大学春季野球教室の観覧

6月30日(日)
 午前8時45分～午後3時
 早稲田大学東伏見キャンパス 安部球場ほか
 ※当日、直接会場へ。雨天中止

市内少年野球チームを対象とした野球教室です。迫力あるプレーを、ぜひ間近でご観覧ください。
 □共催 西東京市軟式野球連盟少年部
 □協力 早稲田大学競技スポーツセンター・早稲田大学野球部・早稲田大学準硬式野球部など
 ▶スポーツ振興課保 ☎042-438-4081

空き家セミナー・個別相談会 ～空き家のプロが薦める！ 空き家などの利活用～

6月30日(日)
 田無庁舎2階
 内 ①セミナー：午後2時～3時50分(受付：1時30分)
 ②個別相談会：午後4時～5時30分(1組30分)
 定 ①60人 ②12組(申込順)
 申 6月28日(金)までに下記へ
 ▶住宅課保 ☎042-438-4052

しごとフェアin西東京 就職面接会&対策セミナー

7月5日(金) きらっと
 約10社が参加する合同就職面接会です。
 年齢制限はありません。就職相談コーナーも開設しますので、お気軽にご参加ください。
 ◆面接対策セミナー
 時 午前10時～11時30分(受付：9時30分)
 定 50人(申込順)
 申 6月14日(金)から、電話で問へ
 ◆就職面接会
 時 午後2時～4時(受付：1時30分～3時30分) ※当日、直接会場へ
 持 履歴書数通(複数の企業と面接可)
 □参加企業 10社程度(市内および近隣の企業が参加予定)
 ※参加企業・求人内容などは、開催日約1週間前に市HP・問のHPなどで公開
 ※車での来場はご遠慮ください。
 □共催 東京しごとセンター多摩
 問 ハローワーク三鷹(共催)
 ☎0422-47-8617
 ▶産業振興課保 ☎042-438-4041

中学3年生を対象にした民間人講師による夏季学習支援事業

夏季休業日を利用した補習を実施し、学び残しの解消や発展学習を支援します。
 ※詳細は市HPをご覧ください。
 ▶教育指導課 ☎ 042-438-4075

ファミリー・サポート・センターファミリー会員登録説明会

7月6日(土) 午前10時～正午
田無総合福祉センター
 地域の中で子どもを預けたい方(ファミリー会員)と預かる方(サポート会員)の相互援助活動です。ファミリー会員に登録希望の方は出席してください。
定 20人(申込順)
 ※保育あり。1歳以上5人まで
申 前日の午後5時までに電話で ☎ へ
問 ファミリー・サポート・センター事務局 ☎ 042-497-5079
 ▶子ども家庭支援センター ☎ 042-425-3303



ピアカウンセリング

7月9日(火)
 ●午前9時15分～10時
 ●10時30分～11時15分
 ※時間は相談に応じて調整します
障害者総合支援センターフレンドリー
 障害児の親や障害者が相談員となつて、同じ立場からお話を伺い、一緒に考えます。
対 就学前～高校生の障害児の保護者
定 各回1人 ※グループでの相談も可。代表の方がお申し込みください。
申 電話・ファクスで下記へ
 ▶相談支援センターえぼっく ☎ 042-452-0075
 FAX 042-452-0076

障害児(者)対象の水泳事業

7月27日(土)・28日(日)、8月24日(土)・25日(日)
 午後1時～3時 **けやき小学校**
定 各回20人(申込多数は抽選)
¥ 保険代(各回、参加者・介助者ともに30円)
持 水着・水泳帽・タオル・浮き輪(必要な方)・水筒
申 あくあ・じよい尾崎 ☎ 042-465-1538
 ※申込用紙は下記窓口または市HPでダウンロード可
 ▶障害福祉課 ☎ 042-438-4033

⚠ 特殊詐欺に気付いて!!

特殊詐欺に関する「アポ電」(犯行予兆電話)が増えています。犯人グループは綿密にいろいろな情報を収集してからアポ電を掛けています。また、犯人の声は息子さん、お孫さんに似ています。

❖ 手口紹介

- 親族(子や孫)を装って「かばんをなくした。大事な書類(小切手)が入っていた」
- 警察官や大手百貨店を装って「あなたのキャッシュカード(口座)が犯罪に使われています。確認のため暗証番号を教えてください」

- 市の職員などを装って「還付金の手続きが必要で。すぐATMで操作してください」
- 依然として家族や親族を装ったり、市役所などの職員をかたったりする手口が多くなっており、あらゆる手段を使ってだましてきます。犯人はだましのプロです。被害を受けないためには犯人の電話に出ない、犯人と話をしないことが重要です。日頃から留守電に設定したり、自動通話録音機能が付いた電話機を設置するなどの対策をとりましょう。
 ▶危機管理室 ☎ 042-438-4010

消費生活相談



「転売ビジネスで簡単に稼げる」との勧誘に注意!

Q SNSに「短時間で簡単な在宅ワークに興味はないか」とメッセージが届き、説明を聞きに事務所に出向いた。「海外商品を仕入れてフリマサイトで転売すると、海外との価格差で利益が得られる。サポートをするので誰でも簡単にもうけられる」と説明を受けた。契約をせかされて、着手金30万円と月1万円のサポート費用を支払う契約をしたが解約したい。

A このように、事業者の提供するサービスを利用して収入を得る取引は、特商法に定める「業務提供誘引販売取引」に該当します。消費者は契約書面の交付を受けた日から20日間はクーリング・オフをすることができます(契約書面の交付を受けていない場合はいつでもクーリング・オフ

できます)。
 「個人事業主が転売ビジネスを行う形態のためクーリング・オフの適用外」と相手事業者が主張しても、実態として継続的に事業を営んでいない「消費者」である個人が契約した場合は、適用されると考えられます。
 相談者にはクーリング・オフの通知書面を出すよう助言し、センターが交渉しました。
 SNSを介して「簡単にもうかる方法を教える」などの勧誘で、事業者が接近してくることがあります。安易に契約をして「思った内容と違う」「全くもうからない」といった相談も増えています。返金されないケースも多く、借金だけが残ることもあります。契約はくれぐれも慎重にしましょう。
 ▶消費者センター ☎ 042-425-4040

🚗 ごみの出し方 ワンポイント 🗑️

10月1日(火)から資源物も戸別収集になります。詳細は、市HP・ECO羅針盤などでお知らせします。
Q 資源物が戸別収集になると、どこに出せばよいですか。
A 戸建て住宅にお住まいの皆さんについては可燃ごみ・不燃ごみ・プラスチック容器包装類と同様に道路に面した見やすい敷地内の場所に出してください。集合住宅にお住まいの皆さんについては指定された場所に出してください。
Q 資源物収集用カゴは市で用意してくれますか。
A 原則ご家庭でご用意していただくこととなりますが、ご家庭にあるもので構いません。写真のよう

にふたのない、雨水などがたまらないものをお勧めします。
Q 資源物が戸別収集になると収集時間は変わりますか。
A 資源物の収集時間は、変更になることが予想されますが、これまでと同様に当日の午前8時30分までにお願いいたします。
 ▶ごみ減量推進課 ☎ 042-438-4043



☐ 資源物戸別収集説明会

※小学校は室内履き(スリッパ)をご持参ください。
 ※駐車場はございませんので、自転車または徒歩でお越しください。

場所	日にち	時間
エコプラザ西東京	6月20日(休)	午後2時
田無庁舎	20日(休)	午後6時
栄小学校	22日(土)	午前10時
芝久保小学校	22日(土)	午後1時
東小学校	23日(日)	午前10時
柳沢小学校	23日(日)	午後1時
上向台小学校	29日(土)	午前10時
本町小学校	30日(日)	午前10時
住吉小学校	30日(日)	午後1時
保谷小学校	7月6日(土)	午前10時
向台小学校	6日(土)	午後1時
けやき小学校	7日(日)	午後1時30分

「みどりの散策路」を歩こう

今回は「みどりの散策マップ」のコースから「(D)せせらぎ公園・社寺めぐりコース(3.6km)」を歩きます。
 ☐ コース概略
 谷戸公民館そばの発想の森をのぞき、せせらぎ公園へ。せせらぎに沿って見られる木々は明治薬科大学時代からのもの。谷戸の東側には中世からの歴史ある社寺が多く見られます。
時 6月26日(水)午前9時30分～正午

(予定) ※雨天中止
 集合・解散：谷戸公民館
 受付：午前9時～9時30分(現地)
持 水筒・雨具など
 ☐ 当日連絡先
 みどり公園課携帯
 ☎ 090-2521-4040
 (午前8時30分～正午)
 ▶みどり公園課 ☎ 042-438-4045

みんなの伝言板

※特に記載のないものは、無料です。
 ※内容についてのお問い合わせは、各サークルへお願いします。

「みんなの伝言板」(サークル紹介)は、個人情報が含まれているため、削除してあります。

～オランダ連携プロジェクト～ オランダからマルレーネ選手来日!

時 7月4日(休)午後4時30分～6時

場 スポーツセンター

内 パラアスリートとの交流、誰もが一緒にスポーツをするためのワークショップ

講 リタ・ファン・ドリエルさん、マルレーネ・ヴァン・ガンセウインケル選手(パラ陸上競技)

持 動きやすい服装、室内履き

申 7月1日(月)までに、電話・メールで氏名・年齢・電話番号を下記へ

□後援 **オランダ王国大使館**

▶スポーツ振興課 ☎042-438-4081

✉sports@city.nishitokyo.lg.jp



フレイルサポーター募集

フレイルサポーターで地域デビュー!

フレイル予防



毎日を元気に過ごすために、いま注目のキーワード「フレイル予防」を、市民に広める「フレイルサポーター」になって地域デビューをしませんか。

3日間の養成研修を終了後、実際に市内外で活動していただけます。地域のために何かできることを探している方など興味のある方は、下記日程などをご確認のうえ、ぜひお申し込みください。

□日程 ※全日程参加必須

会場	日程	時間	内容
防災センター	8月6日(火)	午後2時～4時	事前説明会
	22日(木)	午後1時～5時	養成研修
	23日(金)		

時・場 下表参照

定 10人程度(申込順)

対 在住・おおむね65歳以上で、下記の研修および月2、3回程度の活動に参加できる方

申 6月17日(月)午前9時から、電話で住所・氏名・年齢・電話番号を下記へ

▶高齢者支援課 ☎

042-438-4102

理科・算数だいすき実験教室 (早稲田大学連携事業)

普段の授業ではなかなか経験することのない本格的な実験が体験できます。今年は初めてプログラミング講座も開催しますので、ぜひご参加ください。

時 7月27日(土)・28日(日)

午後2時～4時30分

場 早稲田大学高等学院(練馬区上石神井3-31-1)

対 在住・在学の小学生と保護者

申 6月28日(金)午後5時(消印有効)までに、往復はがきで第1～3希望までの講座番号・学校名・学年・児童氏名・住所・電話番号・付き添いの保護者氏名を〒202-8555市役所教育企画課へ郵送または持参(保谷庁舎3階)

※申込多数は抽選

※詳細は市HPをご覧ください。

▶教育企画課 ☎

042-438-4070



ペットボトルロケット発射時の様子

市内産新鮮夏野菜の爽やか時短料理講座

市内で採れる旬の野菜の収穫体験と、簡単にできる栄養満点の調理を紹介しします。講座内では、調理実習のほか、市内で野菜を生産している農業者の方がその魅力についてお話しします。

時 7月17日(水)午前10時～午後1時

場 消費者センター分館

内 野菜の収穫体験・野菜を使った調理実習

対 在住・在勤・在学の方

定 20人(申込多数は抽選)

講 岩崎亮介さん(レイモンドファーム)・田代由紀子さん(野菜ソムリエ・アスリートフードマイスター)

¥500円(材料費)

持 参加決定者に別途お知らせ

申 7月3日(水)(必着)までに、往復はがき・ファクス・メールで件名「市内産夏野菜の調理実習」・住所・氏名・年齢・電話番号、ファクスの場合は返信先番号を〒202-8555市役所協働コミュニティ課へ

▶協働コミュニティ課 ☎

042-438-4046

FAX 042-438-2021

✉kyoudou@city.nishitokyo.lg.jp



ナスのガパオ風ライス

西東京市民文化祭 舞台進行などの裏方ボランティアを募集

秋に開催する市民文化祭のオープニングイベントで舞台進行や、そのほかの開催準備を行う実行委員のお手伝いを通して、市民文化祭を体験しませんか。

時・場 ●説明会：8月24日(土)午前11時・保谷庁舎2階

●リハーサル：9月25日(水)・26日(木)午後5時・保谷こもれびホール

●本番：10月19日(土)午前9時～午後5時・保谷こもれびホール

対 上記日程に全て参加できる方

※その他にもお手伝いしていただき

たい日がありますので、参加可能な日をお申し出ください。

申 7月5日(金)(必着)までに、件名「市民文化祭ボランティア募集」・住所・氏名・電話番号・ファクス番号・メールアドレスを〒202-8555市役所文化振興課へ郵送・ファクス・メール・持参(保谷庁舎3階)

□企画運営 同実行委員会

▶文化振興課 ☎

042-438-4040

FAX 042-438-2021

✉bunka@city.nishitokyo.lg.jp

市内の情報をお届けします

大好きです 西東京

市内の魅力編

～四季折々の草花～

とうとう関東も梅雨に入り、どんよりした天気が多くなってきてしまいましたが、その一方で市内各所では紫陽花が色鮮やかに咲き始めているようです。

市内であれば公園やお寺でもよく見かけますが、意外と道路脇のちょっとした空き地や、駅前の生け垣のような場所でもひっそりと咲いていたりします。

雨が続き外に出ることも少なくなりがちですが、この時期ならではの雨に映える紫陽花を探しに、お散歩

に出かけてみてはいかがでしょうか。

実は市のホームページの背景に使われている写真も、季節ごとに切り替わっていきます。ぜひチェックしてみてください。



▶秘書広報課 ☎042-460-9804

多摩六都科学館 ナビ

①プランクトンの世界をのぞいてみよう

プランクトンってどんな生きもので、どこにいるのでしょうか?

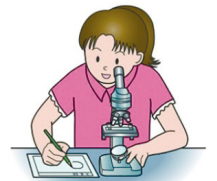
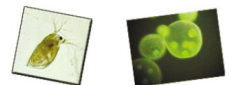
身近なプランクトンを生物顕微鏡で観察してみましょう。

時 7月6日(土)午後1時30分～3時

対 小学4年生以上

定 15人

¥入館券500円(4歳～高校生200円)



②妖怪ドロリンスライムをつくろう

とってもよくのびるスライムをつくって、そのひみつをさぐってみよう。

時 7月6日(土)・7日(日)・13日(土)～15日(祝)

●午前10時30分 ●午後1時15分

●2時30分(各回45分)

対 小学生(小学3年生以下は保護者同伴)

定 各回8人

¥材料費1,620円(キット代)・入館券500円(4歳～高校生は200円)

□共通

申 6月24日(月)必着までに、問のHPからまたははがきでイベント名・開催日(②は希望時間も記入)・氏名・年齢(学年)・郵便番号・住所・電話番号を問へ(申込多数は抽選し、当選者のみに参加券を送付)

場・問 多摩六都科学館 〒188-0014芝久保町5-10-64

☎042-469-6100

■休館日：6月17日(月)・24日(月)